

신종플루 H1N1 (돼지독감)

신종플루 H1N1 (일명 돼지독감)은 무엇인가요?

신종플루 H1N1은 새로운 독감 바이러스에 의한 호흡기 감염이며, 현재 세계 각국에서 집단 발생되고 있습니다. 많은 사람들이 입원하고 있고, 미국 일부 지역에서는 사망자들도 발생했습니다.

신종플루 H1N1은 계절 독감과 같은 것인가요?

아닙니다. 매년, 다른 종류의 독감 바이러스가 돌면서 계절 독감을 일으킵니다. 신종플루 H1N1은 2009년 미국에 처음 등장한 새로운 독감 바이러스 균주에 의하여 발생합니다. 신종플루 H1N1과 계절독감은 둘 다 심각합니다.

신종플루 H1N1은 어떻게 감염되나요?

독감 바이러스는 대부분 감염자가 기침이나 재채기 할 때 침이 튀어 다른 사람에게 직접 감염됩니다. 하지만, 살아있는 독감 바이러스가 묻은 식탁이나, 수도꼭지, 문손잡이를 만진 후 그 손으로 눈이나 코 또는 입을 만져도 감염될 수 있습니다.

신종플루 H1N1에 걸리면 얼마나 심각하나요?

대부분의 사람들은 신종플루 H1N1에 걸려도 치료없이 회복합니다. 하지만, 계절 독감과 마찬가지로 신종플루 H1N1은 심각한 문제로 발전할 수 있습니다. 임산부; 25세 미만 성인; 어린아이들; 그리고 천식, 폐질환, 심장병, 당뇨, 신장병 같은 만성병을 가진 사람들은 독감에 걸리고, 독감을 옮기고, 독감 합병증에 걸릴 확률이 더 높습니다.

신종플루 H1N1의 증상은?

신종플루 H1N1의 대부분의 증상은 계절 독감의 증상과 똑같습니다. 둘 다 열이 나고, 마른 기침, 목이 아프고, 코가 막히고, 몸이 쭈시고, 두통이 나고, 몸이 피곤해집니다. 신종플루 H1N1은 또한 설사나 구토를 유발하고 경우에 따라서 심각한 합병증으로 발전할 수 있습니다.

신종플루 H1N1은 어떻게 치료하나요?

계절 독감과 마찬가지로 물을 많이 마시고, 직장이나 학교를 가지 말고 집에서 충분히 휴식을 취할 것을 권합니다. 열이 나고 몸이 쭈실 때 타이레놀(Tylenol®), 이부프로펜(Motrin®, Advil®) 또는 나프록센(Aleve®)을 복용하면 도움이 됩니다. 18세 미만의 어린이들에게는 아스피린(아세트살리실산)을 주지 마십시오. 좀 더 심한 경우 의사는 항바이러스 약을 처방해 줄 것입니다. 항바이러스 약을 먹으면 증세가 약해지고, 증세 지속 기간을 줄여주고, 더 심각한 독감 합병증을 예방해 줍니다.

아프면 신종플루 H1N1 검사를 받아야 하나요?

의사는 독감 검사가 필요한지 결정을 할 것입니다. 건강한 면역체계를 갖고 있는 대부분의 사람들은 스스로 회복하기 때문에 구태여 신종독감 H1N1 검사를 받을 필요는 없습니다. 하지만, 병원에 입원한 환자나, 임산부나, 당뇨병 환자, 갓난아기, 60세 이상의 노인들같이 면역체계가 약한 사람들은 검사를 받고 가장 적합한 치료를 받아야 합니다.

> 계속

신종플루 H1N1 예방접종을 맞아야 하나요?

신종플루 H1N1 백신은 매년 맞을 것을 추천하는 계절 독감 백신과는 다릅니다. 계절 독감 백신과 마찬가지로 신종플루 H1N1 백신은 안전하고, 효과적이며, 독감을 예방하는 가장 좋은 방법입니다.

신종플루 H1N1 백신은 아래와 같은 사람들에게 우선적으로 투여됩니다:

- 임산부
- 6개월 미만의 갓난 아기들과 함께 살거나 돌보는 사람들
- 응급 의료 서비스 요원들과 의료계 종사자들
- 6개월부터 24세까지 어린이들과 청년층
- 심장병이나 폐질환, 천식, 당뇨, 약해진 면역체계 등의 만성질환을 갖고 있는 25세에서 64세 사이 환자들

만약 신종플루 H1N1 백신을 맞아야 한다면, 의사에게 연락하여 예약을 하십시오. 일반 독감 합병증을 예방해 주는 계절 독감 백신과 폐렴 백신도 맞아야 하는지 의사에게 물어보는 것 잊지 마십시오. 마땅한 의사가 없으면, 저렴한 또는 무료 예방접종을 맞도록 하십시오. 더 자세한 정보는 www.publichealth.lacounty.gov 을 방문하시거나 로스앤젤레스 카운티 인포 라인 2-1-1 로 전화하시기 바랍니다.

신종플루 H1N1 백신은 의무적으로 맞아야 하나요?

신종플루 H1N1 백신은 의무적으로 맞아야 하는 것은 아니지만 독감을 예방하는 최상의 방법입니다.

신종플루 H1N1 백신은 왜 고령층에게 추천하지 않나요?

위에 사람들을 먼저 추천한 이유는 이들이 독감이 걸리기 쉽고, 독감을 옮기기 쉽고, 또한 일단 걸리면 더욱 심각한 증상으로 고생할 수 있기 때문입니다. 계절 독감과는 달리 고령층은 신종플루 H1N1 독감에 걸려도 합병증이 덜 심각합니다. 그 이유는 고령층은 과거에 유사한 H1N1 바이러스에 노출되었고 또한 그에 대한 면역(바이러스와 싸워내는 능력)이 어느 정도 있기 때문이라고 추정됩니다. 따라서, 백신 공급이 제한되었기 때문에, 가장 높은 위험군에게 우선적으로 접종될 것입니다.

신종플루 H1N1 으로부터 자신과 가족을 보호하려면 그 밖에 어떤 조치를 취해야 하나요?

간단하면서 평소에 기억해둘 팁들이 당신과 가족들을 독감에게 보호해 드릴 것입니다.

- 기침이나 재채기할 때 코와 입을 티슈나 옷소매로 막으십시오.
- 비누와 물로 또는 손 소독제로 손을 닦으십시오.
- 손으로 눈이나 코 또는 입을 가급적 만지지 마십시오. 병균이 그런 식으로 옮깁니다.
- 아픈 사람과 접촉을 피하십시오. 아프면, 열이 내린 후 최소한 24시간은 집에서 쉬십시오.

더 자세한 정보

질병통제예방센터 (CDC)

(800) CDC-INFO 또는 (800) 232-4636

www.cdc.gov/h1n1flu/

캘리포니아 공중보건국

(888) 865-0564

www.cdph.ca.gov

로스앤젤레스 카운티 공중보건국

www.publichealth.lacounty.gov

의료 서비스 2-1-1 에 전화

DPH Update Listserv: Listserv@listserv.ph.lacounty.gov 로

이메일, 제목란과 내용란에 "Subscribe DPHUPDATE 영문 성명"을 포함하십시오.

11/12/09

